

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЭЛЕМЕНТОВ МУЗЫКОТЕРАПИИ В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ С ОВЗ

Ключевые слова: вокалотерапия; ритмотерапия; младшие школьники с ОВЗ; уроки музыки.

Введение. Термин «музыкотерапия» в переводе с греко-латинского обозначает «исцеление музыкой». Согласно А. С. Ключеву, Е. Н. Котышевой, музыкотерапия является вспомогательным средством терапии, которая может быть использована в коррекционной работе с детьми, имеющими ОВЗ [1, с. 25; 2]. Музыкотерапия позволяет найти более тесный контакт с детьми, выявить страхи и проблемы ребенка и быстрее справиться с ними. Она может быть использована для становления, укрепления и сохранения здоровья детей с проблемами развития. Коррекционное воздействие посредством методов музыкальной терапии включает в себя следующие направления: коррекция психоэмоциональной сферы; оказание помощи детям с ОВЗ при нарушениях социальной адаптации; коррекция нарушений психосоматики (вегетативная, дыхательная, сердечно-сосудистая система, зрение, слух и др.); помощь в самореализации ребенка через активизацию творческих ресурсов [3].

Материалы и методы. Элементы музыкотерапии (ритмотерапия, вокалотерапия) использовались в работе с первоклассниками, имеющими легкую степень умственной отсталости ($n = 12$, из них один ребенок с РАС). Уроки музыки проводились два раза в неделю, на каждом уроке по 10 мин я отводила музыкотерапевтическим упражнениям. Вокалотерапия — это лечение пением. Работоспособность ребенка во многом зависит от правильной постановки дыхания. На занятиях вокалом большое внимание уделяется постановке певческого дыхания. Правильный подбор упражнений для глубокого

диафрагмального дыхания обеспечивает более качественную работу сердечно-сосудистой системы, так как большая часть нагрузки приходится на диафрагму, межреберные мышцы, мышцы брюшного пресса, которые обеспечивают массаж внутренних органов.

Упражнение «Музыкальный динозаврик». Этот динозаврик не обычный, он музыкальный. У него каждая часть тела поет. Учитель схематически изображает «динозаврика» на доске, и дети тянут гласные звуки «А», «О», «У», «Э», «И». Это упражнение развивает дыхание, снимает нервное напряжение, раскрепощает детей, развивает их певческий диапазон.

Упражнение «Самолеты». Обучающиеся расставляют руки в стороны и вокализируют на удобной высоте звук «У-у-у-у». Если самолеты «опускаются», высота звука меняется соответственно, если самолеты «набирают высоту», дети выполняют глиссандо вверх. Это упражнение увеличивает продолжительность выдоха, развивает силу голоса и гибкость связок, грудной и головной резонаторы.

Ритмотерапия — это система особых упражнений под музыку и ритм с использованием лексического материала, танцевальных, двигательных движений. Музыкально-ритмические упражнения выполняют расслабляющую функцию, помогают эмоционально разрядиться, снять умственное напряжение. Движение и танец помогают обучающемуся быстро наладить контакт с другими детьми. Например, игра «Дятел в лесу»: педагог воспроизводит ритмический рисунок, который обучающиеся, хлопая или играя на ударном инструменте (барабан, бубен), должны повторить. Есть и другие упражнения. Например, каждому участнику предлагается ритмически прохлопать свое имя, фамилию и отчество. Полезными являются упражнения на коллективную импровизацию ритма (исполнение доступных ритмических рисунков).

Результаты. Использование музыкотерапии привело к следующим положительным эффектам. Вокальные и ритмические упражнения оказали успокаивающее воздействие на гиперактивных детей, у 50 % обучающихся наблюдалась положительная динамика, дети стали более усидчивыми и спокойными. Замкнутые, скованные дети, напротив, стали более спонтанными, у них развились навыки взаимодействия с другими детьми (20 %). У 30 % первоклассников

улучшилась речевая функция, звучание голоса стало выразительнее и ярче. Также улучшилась произносительная сторона речи — она стала более внятной и четкой.

Заключение. Полученные результаты показали, что даже 10-минутные музыкотерапевтические упражнения позволяют добиться положительного эффекта в работе с детьми с ОВЗ. У детей с ОВЗ музыкотерапия способствует развитию чувства темпа, ритма, времени, фантазии, мыслительных способностей, вербальных и невербальных коммуникативных навыков, общей тонкой и артикуляционной моторики, воспитанию волевых качеств.

1. Музыкотерапия в музыкальном образовании : материалы Первой всерос. науч.-практ. конф. / под ред. А. С. Ключева. СПб. : Астерион, 2008. 167 с.

2. Котышева Е. Н. Мы друг другу рады! Музыкально-коррекционные занятия с дошкольниками. СПб. : КАРО, 2013. 192 с.

3. Дименштейн М. С. Педагогика, которая лечит: опыт работы с особыми детьми. М. : Теревинф, 2015 : [Электронный ресурс]. URL: <https://download.e-bookshelf.de/download/0009/9658/91/L-G-0009965891-0020065700.pdf> (дата обращения: 11.12.2018).

А. А. Харисова

*Уральский федеральный университет
Екатеринбург*

«УРОКИ ДОБРОТЫ» В ШКОЛАХ ЕКАТЕРИНБУРГА

Ключевые слова: «уроки доброты»; дети с ОВЗ; инклюзия; контент-анализ.

Введение. «Уроки доброты» — общероссийский проект, реализуемый фондами и общественными организациями России, а также учителями. В 2017 г. Министерство образования РФ выпустило «Методические рекомендации для общеобразовательных организа-